

**HUBUNGAN POLA TIDUR DAN TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT  
PRESTASI MAHASISWA FK UMS SELAMA PERKULIAHAN *ONLINE*  
PADA MASA PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Mencapai derajat Sarjana Kedokteran



Diajukan Oleh :

Syahanita Anindira Putri

J500170096

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2021**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN POLA TIDUR DAN TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT**  
**PRESTASI MAHASISWA FK UMS SELAMA PERKULIAHAN *ONLINE***  
**PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Yang diajukan Oleh :  
**Syahanita Anindira Putri**  
**J500170096**

Telah disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Kedokteran  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada hari Senin, tanggal 25 Januari 2021

**Penguji I**

Nama : Dr. dr. Burhannudin Ichsan, M.Kes. (.....)  
NIK : 1002

**Penguji II**

Nama : dr. Shoim Dasuki, M.Kes. (.....)  
NIK : 676

**Penguji III**

Nama : dr. Tri Agustina, M.Gz. (.....)  
NIK : 100.1770

**Dekan FK UMS**

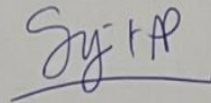


dr. Em Sutrisna, M.Kes  
NIK. 919

### PERNYATAAN

Penulis menyatakan bahwa skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan penulis, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain yang tertulis dalam naskah ini, kecuali disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, 2 Januari 2021

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Syahanita Anindira Putri' with a stylized flourish at the end.

Syahanita Anindira Putri

## **MOTTO**

"Barang siapa menempuh satu jalan (cara) untuk mendapatkan ilmu, maka Allah pasti mudahkan baginya jalan menuju surga." (HR. Muslim)

"Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur." (QS. An nahl 16:78)

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
A. Landasan Teori .....	6
B. Kerangka Teori .....	16
C. Hipotesis .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>18</b>

A. Desain Penelitian.....	18
B. Tempat dan waktu penelitian.....	18
C. Populasi Penelitian.....	18
D. Sampel dan Teknik <i>Sampling</i> .....	19
E. Estimasi Besar Sampel .....	19
F. Kriteria inklusi dan eksklusi .....	20
G. Identifikasi Variabel.....	20
H. Definisi Operasional.....	21
I. Instrumen Penelitian.....	22
J. Analisis Data.....	23
K. Alur Penelitian .....	24
L. Jadwal Kegiatan .....	25
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>26</b>
A. Hasil Penelitian .....	26
B. Pembahasan .....	30
c. Keterbatasan Penelitian .....	32
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>33</b>
A. Kesimpulan .....	33
B. Saran.....	33
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>35</b>

<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>37</b>
Lampiran 1. Lembar Penjelasan.....	37
Lampiran 2. Lembar Permohonan Responden.....	39
Lampiran 4. Kuesioner PSQI ( <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> ).....	42
Lampiran 5. Kuesioner DASS 42 ( <i>Depression Anxiety Stres Scale 42</i> ) .....	46
Lampiran 6. Uji Statistik .....	51
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....	58
Lampiran 8. <i>Ethical Clearance</i> .....	59
Lampiran 9. Surat Permohonan Penelitian .....	60

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillahirobbil'aalamin, segala puji penulis haturkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan kenikmatan dan kemudahan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Tidur dan Tingkat Stres dengan Tingkat Prestasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta selama Perkuliahan Online pada Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian ini merupakan salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program Sarjana Kedokteran di Fakultas Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih yang dalam kepada:

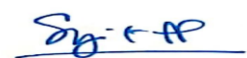
1. Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis.
2. Prof. Dr. EM Sutrisna, dr., M. Kes. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. dr. Tri Agustina, M.Gizi selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan pengarahan, saran serta dukungan hingga terselesainya skripsi ini.
4. Dr. dr. Burhanuddin Ichsan, M. Kes selaku penguji 1. Terima kasih atas waktu dan bimbingannya selama penyusunan skripsi dari awal hingga akhir.
5. dr. Shoim Dasuki, M.Kes selaku penguji 2. Terima kasih atas waktu dan bimbingannya selama penyusunan skripsi dari awal hingga akhir.



6. dr. Nur Mahmudah, M.Sc. selaku ketua biro skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu dalam perizinan dan bimbingan skripsi.
7. Seluruh dosen pengajar yang telah membekali ilmu kepada penulis yang bermanfaat dalam terselesainya penyusunan skripsi ini.
8. Keluarga penulis yang selalu memberi motivasi dan dukungan setiap langkah penulis dengan doa.
9. Sahabat-sahabat penulis yaitu Rizal Dwi Sanjani, Nanda Arum A, Diah R, Khatifah Nur A, Poetrie Wulandari R, Afrinda Graharani S yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.
10. Teman-teman Avicenna 2017 yang telah mengisi hari-hari penulis selama kuliah dengan membagikan rasa kebersamaan dan kekompakan.
11. Teman-teman angkatan 2018 yang dengan senang hati bersedia menjadi responden sehingga penelitian ini bisa terlaksana sebagaimana mestinya.
12. Semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu proses penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan belasan yang berlipat kepada semuanya. Meskipun tulisan ini masih jauh dari kata sempurna, penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Surakarta, 2 Januari 2021



Syahanita Anindira Putri

## **ABSTRAK**

# **HUBUNGAN POLA TIDUR DAN TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT PRESTASI MAHASISWA FK UMS SELAMA PERKULIAHAN ONLINE PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Syahanita Anindira Putri<sup>1</sup>, Burhanuddin Ichsan<sup>2</sup>, Shoim Dasuki<sup>3</sup>, Tri Agustina<sup>4</sup>

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Korespondensi: dr. Tri Agustina, M.Gz. Email: ta190@ums.ac.id

Terganggunya pola tidur dapat merubah pola istirahat dan menyebabkan seseorang mengantuk di siang hari, keadaan ini dapat mengganggu proses pembelajaran terutama pada mahasiswa karena menyebabkan sulitnya berkonsentrasi. Stres yang berkelanjutan dapat menghambat konsentrasi dan daya ingat terutama pada masa perkuliahan online dimana mahasiswa dituntut untuk mengikuti perkembangan teknologi, sehingga dapat mengganggu proses pembelajaran. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pola tidur dan tingkat stress dengan tingkat prestasi mahasiswa FK UMS selama perkuliahan online pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross sectional dan dilaksanakan di tempat masing-masing mahasiswa karena masih dalam rangka kuliah daring sampai waktu ditentukan akibat terjadinya pandemi covid-19. Subjek penelitian adalah 61 responden yang diambil dengan teknik consecutive sampling. Pengambilan data pola tidur dengan menggunakan kuesioner PSQI, data tingkat stress menggunakan kuesioner DASS 42, data tingkat prestasi menggunakan nilai ujian blok neurologi mahasiswa semester 5 2020/2021 FK UMS. Data dianalisis menggunakan uji chi-square. Hasil uji chi square antara pola tidur dengan tingkat prestasi didapatkan ( $p=0,000$ ), tingkat stress dengan tingkat prestasi didapatkan ( $p=0,000$ ) uji multivariat regresi logistic nilai OR pola tidur 17,288, dan nilai OR tingkat stres 18,660. Pola tidur dan tingkat stres berhubungan secara signifikan terhadap tingkat prestasi.

**Kata kunci:** pola tidur, tingkat stres, tingkat prestasi

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup> Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

## ABSTRACT

### **RELATIONSHIP OF SLEEP PATTERNS AND STRESS LEVELS WITH THE ACHIEVEMENT LEVEL OF FK UMS STUDENTS DURING ONLINE LECTURES IN THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD**

Syahanita Anindira Putri<sup>1</sup>, Burhanuddin Ichsan<sup>2</sup>, Shoim Dasuki<sup>3</sup>, Tri Agustina<sup>4</sup>

Medical Faculty of Muhammadiyah Surakarta University

Correspondence: dr. Tri Agustina, M.Gz. Email: ta190@ums.ac.id

The disruption of sleep patterns can change resting patterns and cause a person to be sleepy during the day, this situation can interfere with the learning process, especially for students because it causes difficulty concentrating. Continuous stress can hinder concentration and memory, especially during online lectures where students are required to follow technological developments, so that it can interfere with the learning process. This study was to determine the relationship between sleep patterns and stress levels with the level of achievement of FK UMS students during online lectures during the Covid-19 pandemic. This study used a cross-sectional research design and was carried out in each student's place because it was still in the framework of online lectures until the time was determined due to the covid-19 pandemic. The research subjects were 61 respondents who were taken by consecutive sampling technique. Retrieving sleep pattern data using the PSQI questionnaire, stress level data using the DASS 42 questionnaire, achievement level data using neurology block test scores for the 5th semester students of 2020/2021 FK UMS. Data were analyzed using the chi-square test. The results of the chi square test between sleep patterns and achievement levels were obtained ( $p = 0.000$ ), stress levels with achievement levels were obtained ( $p = 0.000$ ) multivariate logistic regression test value OR sleep patterns 17,288, and the OR value of stress levels 18,660. Sleep patterns and stress levels were significantly related to achievement levels.

**Keywords:** sleep patterns, stress levels, achievement levels

---

<sup>1</sup> Medical faculty students of Muhammadiyah University Surakarta

<sup>2</sup> Medical faculty lecturer of Muhammadiyah University Surakarta